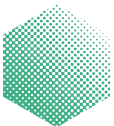




À LA MAISON

# LES AMÉNAGE- MENTS



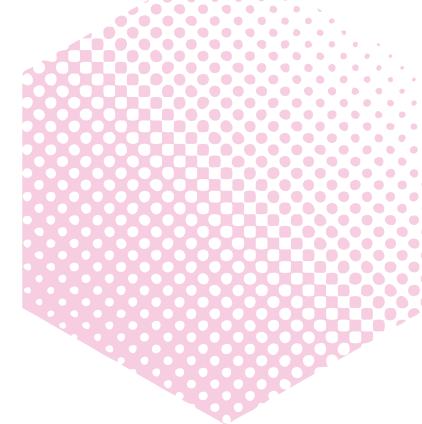
**FRANCE  
ALZHEIMER**  
& MALADIES APPARENTÉES

[www.francealzheimer.org](http://www.francealzheimer.org)

UN MALADE, C'EST TOUTE UNE FAMILLE QUI A BESOIN D'AIDE



► Sécurité - Simplicité - Stabilité.....	Page 4
► Emploi du temps.....	Page 6
► Vérification de l'environnement.....	Page 8
► Exemple de fiche d'urgences .....	Page 18
► Le financement .....	Page 19
► Conclusion .....	Page 22



Lorsqu'une famille apprend la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée de l'un de ses proches, elle a besoin de savoir et de comprendre pour pouvoir l'accompagner au mieux.

La maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée confrontent la famille à de nombreuses questions.

Que faire ? Comment s'organiser ? Comment veiller à la sécurité du malade ? Comment l'aider ? Comment tenir le coup soi-même ? Autant d'interrogations qui apparaissent une fois le diagnostic posé.

Cette brochure est destinée à vous aider dans l'aménagement de l'environnement de la personne malade, au fur et à mesure de l'évolution de ses besoins.

### **Cette brochure a pour but :**

- d'accroître la sécurité et la protection de la personne atteinte de la maladie en prévenant les accidents et en palliant les handicaps physiques,
- de tenir compte de la tendance à déambuler des personnes malades, de leur agitation et de leurs difficultés à comprendre leur environnement,
- de prévenir ou réduire l'anxiété des personnes malades en créant un climat de bien-être et en favorisant les contacts avec l'entourage.

Une habitation - ancienne ou moderne - présente de nombreuses imperfections, sources d'accidents et de chutes pour une personne malade qui subit progressivement la perte de ses capacités cognitives et motrices. L'adaptation du logement au comportement de la personne malade favorise la vie au domicile et l'accompagnement de l'aidant dans de bonnes conditions.



# SÉCURITÉ SIMPLICITÉ - STABILITÉ

La qualité de l'environnement dans lequel vit une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée est une chose capitale. La maison devrait être un lieu de stabilité et de sécurité dans lequel les objets familiers rappellent à la personne malade qui elle est, où elle est. La maison peut aussi devenir un lieu de dangers potentiels, de désorientation et de frustration.

Trois mots résument les besoins de la personne malade pour ce qui concerne son environnement :

### Sécurité

L'aménagement doit être réfléchi pour apporter une meilleure sécurité au regard des troubles de la personne, mais il faut également se soucier du sentiment de sécurité essentiel à son bien-être. Par exemple, les motifs au sol plus foncés peuvent être interprétés comme des espaces vides, des trous qui seront source d'angoisse et de refus d'avancer.

Certaines personnes malades peuvent souffrir de diverses altérations de la vision qui entraînent des difficultés pour : voir les objets nettement, bien évaluer les distances avec précision, différencier les couleurs, voir dans la pénombre ou dans les zones faiblement éclairées et s'adapter rapidement quand il faut passer d'un endroit bien éclairé à un autre plus sombre.

En outre, certaines personnes peuvent être plus vite éblouies par une source lumineuse intense, tel un rayon de soleil à travers une fenêtre ou une simple ampoule brillante. Les sols cirés et très brillants aggravent ces problèmes d'éblouissement et de vision floue.

### Simplicité

L'environnement sera vécu comme encore plus sûr s'il est simple et uniforme.

Une personne souffrant de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée est facilement désorientée et distraite par de trop nombreuses stimulations en même temps. Les objets dont elle a besoin devront être rangés à une place stratégique. Il est essentiel d'observer comment la personne agit spontanément pour définir où est cette place stratégique pour elle. Une personne en fauteuil roulant cherchera à hauteur de son regard, un gaucher ira chercher avec sa main gauche, dans la bonne direction.

L'orientation de l'objet est tout aussi importante. Il est plus facile de reconnaître une brosse à cheveux et de s'en servir lorsqu'elle est attrapée dans le bon sens. Il faut tendre à créer un cadre qui correspond aux besoins de la personne malade en le simplifiant au maximum.

Cette simplicité ne va pas seulement diminuer les risques d'accidents, mais elle rendra aussi la vie moins déroutante et moins décourageante pour la personne malade.



### Stabilité

Les personnes malades ont besoin d'un environnement stable et familier, de trop nombreux changements peuvent les contrarier.

Pour maintenir la stabilité, les modifications doivent être entreprises au fur et à mesure de l'évolution de la maladie.

Ne pas trop anticiper, ni tout modifier en même temps. Cependant, il faut prendre en considération les capacités d'intégration des modifications de la personne malade. Si on attend trop longtemps, elle aura plus de mal à prendre de nouvelles habitudes.

Ce travail d'évaluation peut être plus facile avec un professionnel spécialisé (ergothérapeute, psychomotricien).

Au quotidien, remettre toujours à la même place les objets d'usage courant, les présenter toujours de la même façon est particulièrement efficace et stimule la mémoire procédurale (la mémoire des savoir-faire).

**" Habiter une maison ou un appartement avec la personne malade est sécurisant pour elle ".**



# EMPLOI DU TEMPS

**Comme pour la simplification de l'environnement, les instructions claires ainsi que les emplois du temps, les « pense-bête » précisant ce que sont les objets, à quoi ils servent et ce qu'on doit en faire aident à maintenir une certaine activité.**

**Une pendule facile à lire et un calendrier type éphéméride** indiquant le jour et la date peuvent être installés dans la chambre (ou dans un autre lieu fréquenté par la personne).

**La mise à jour quotidienne du calendrier** faite avec la personne malade va ainsi stimuler ses repères dans le temps.

**Un simple emploi du temps** précisant les activités journalières avec l'heure à laquelle elles se déroulent, diminue l'appréhension du moment qui suit.

Si tous les jours de la semaine se ressemblent, il est difficile de maintenir une orientation dans le temps. Au contraire, redéfinir les jours par rapport à une activité particulière et régulière peut être efficace (sans basculer dans une hyperactivité).

Le lundi, on va au marché, le mercredi c'est le jour du kiné... L'idéal est de repérer un événement particulier qui ne se renouvelle pas dans la semaine. Tous les jours n'ont pas besoin d'être « utilisés » mais deux ou trois servent de repères.

Aux premières étapes de la maladie, beaucoup de personnes atteintes d'une maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée peuvent écrire elles-mêmes des listes et des notes sur

ce qu'elles doivent se rappeler. Il peut être judicieux d'acheter un petit bloc-notes qui servira de « pense-bête ».

Aux stades plus évolués de la maladie, les troubles importants de la mémoire peuvent être parfois surmontés grâce à des solutions simples et faciles à lire. Si, par exemple, la personne malade ne peut plus se souvenir où sont les toilettes, la salle de bain ou la cuisine, un grand écriteau avec « toilettes », « salle de bain », ou « cuisine » écrit en grandes lettres noires sur fond de papier blanc ou jaune, peut l'aider. Les gros marqueurs noirs sont tout à fait indiqués pour réaliser ces écriteaux agrémentés de quelques dessins explicites en couleur.

Ceux-ci sont pratiques, s'ils sont utilisés sans excès. À l'inverse, étiqueter chaque chose et épingler des listes partout dans la maison rendraient la personne malade plus désorientée encore.

Utilisez donc ces écriteaux pour pallier un problème spécifique et n'en placez pas plus d'un ou deux dans la même pièce. Si la personne a des difficultés pour localiser beaucoup d'objets ou si les troubles de mémoire sont importants, essayez de compenser vous-même l'oubli, par exemple, en laissant la porte ouverte et la lumière dans les toilettes ou

en installant un allumage automatique lorsque l'on rentre dans la pièce.

Enfin, les objets qui peuvent faciliter l'orientation de la personne malade (comme les pendules, calendrier, etc.) devront être de dimension suffisante pour qu'elle puisse bien les voir et les lire.

**“ Un simple emploi du temps précisant l'heure des activités journalières diminue l'appréhension du moment qui suit ”.**

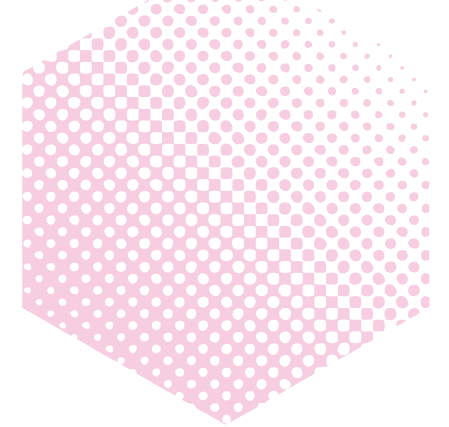
Essayer de voir avec les yeux de la personne malade si les indications sont bien à sa hauteur, face à elle.

Plus loin, vous trouverez une liste précisant les points à vérifier qui pourra vous aider à évaluer la sécurité globale, la sobriété et le bon agencement du lieu d'habitation.

Les commentaires vous aideront à modifier l'environnement familial, de manière à le rendre plus sûr et plus pratique. Ils

### **Souvenez-vous !**

**Ce qui a marché hier, peut ne pas marcher aujourd'hui. Et inversement. Il est nécessaire de s'adapter, en temps réel. Il est important de garder l'esprit ouvert et imaginaire dans tout ce que vous testez.**



vous aideront à éliminer les risques domestiques les plus importants. Étant donné que chaque cas est un cas particulier, ce qui est sûr, simple et pratique pour l'un, ne le sera pas forcément pour l'autre.

Les modifications importantes de l'environnement, obligatoires aux dernières étapes de la maladie, peuvent bouleverser les personnes malades qui en sont au tout premier stade. Il est primordial que l'environnement soit conçu essentiellement en fonction des exigences de la personne dont vous vous occupez, aussi bien que du stade de sa maladie.

Connaître ses besoins ou ce qui peut lui poser des problèmes sous-entend qu'il faut parler avec la personne malade (si la communication verbale est possible) et surtout bien l'observer.

En considérant sa conduite quotidienne, en notant les problèmes qu'elle peut rencontrer, vous serez mieux à même de modifier l'environnement de la maison pour la rendre plus sûre et plus pratique pour elle.



# VÉRIFICATION DE L'ENVIRONNEMENT

### ► L'INTÉRIEUR DU LIEU D'HABITATION

**Pour que la personne malade soit en sécurité dans sa maison, tout ce qui constitue un risque potentiel pour une personne souffrant de troubles de mémoire ou de troubles de la reconnaissance, doit être enlevé et placé hors de sa portée.**

À un certain stade, ceci comprend tous les objets tels que poêle, réchaud, fer à repasser, allumettes dont elle ne sait plus se servir correctement. Il en est de même pour les médicaments, les détergents, les produits de nettoyage, les insecticides, les plantes d'intérieur toxiques, les billes et les petits objets qu'elle pourrait avaler accidentellement.

#### La lumière

La maison ou l'appartement sera bien éclairé avec des sources lumineuses multiples qui éviteront de projeter des ombres, en particulier dans les angles des pièces. Les pièces que l'on veut éviter pourront être laissées dans la pénombre. De la même manière, pour diminuer le risque d'errance à l'extérieur, il est bon de laisser la porte d'entrée dans l'obscurité, la personne malade craignant souvent le noir, elle sera moins tentée de s'en approcher. Elle peut également être camouflée par un rideau.

Les lampes sont pour la plupart orientées vers le plafond, pensez à vérifier que le

sol lui-même est suffisamment éclairé. Les sols brillants avec des motifs compliqués seront à éviter. Le changement de revêtement de sol peut être perturbant, passer d'une pièce à l'autre peut être difficile parce qu'il y a une rupture de motif, de couleur ou de nature du sol. On peut à l'inverse utiliser ce phénomène en gardant le même revêtement pour les parties de la maison qu'on veut voir utiliser, et mettre un motif différent pour les pièces où l'on veut éviter que la personne malade se rende.

Il peut être également dissuasif de représenter un trait horizontal rouge ou noir sur la porte à l'aide d'un gros scotch de couleur.

La chambre de la personne malade, la salle de bain et tous les endroits de passage peuvent être équipés de veilleuses que vous allumerez chaque soir. Il existe des veilleuses qui se branchent sur les prises électriques et s'allument automatiquement dans la pénombre et l'obscurité, créant ainsi un « chemin lumineux ».

Comme la maladie d'Alzheimer ou les maladies apparentées altèrent les fonctions motrices et de coordination, les petits tapis devront être enlevés ou collés au sol. Pour éviter les chutes, il faut vérifier qu'aucun fil de téléphone ou électrique ne reste au sol.



#### L'ambiance sonore

**Soyez à l'écoute des bruits de fond perturbants.** La télévision et la radio sont-elles éteintes quand personne n'est pas intéressée ?

La télévision peut être source d'angoisse pour la personne malade qui ne reconnaît pas une voix familière de la maison. Faites attention au sujet des films, il peut y avoir confusion avec la réalité. De la même manière, les informations peuvent être à éviter si elles montrent des images violentes.

Pour l'aidant familial qui souhaite, au contraire, voir un film sans que la personne malade ne puisse entendre, et en être perturbée, il peut utiliser un système de casque sans fil.

Généralement, une personne atteinte d'une maladie Alzheimer ou d'une maladie apparentée se trouve bien dans

une ambiance tranquille et calme ; une musique classique douce peut être apaisante. Cependant, certaines personnes malades ne reconnaissent pas les sons et parfois une musique est insupportable. Observez ses réactions.

#### Les escaliers

Les escaliers doivent être sécurisés en plaçant des portillons de sécurité au sommet, mais également en bas. De tels portillons peuvent être seulement nécessaires la nuit.

**Attention à ne pas utiliser du matériel pour enfant** qui peut être enjambé bien plus facilement qu'on ne l'imagine. Installez une rampe solide de chaque côté de l'escalier, surtout s'il est raide comme celui du sous-sol.

Les escaliers et les zones de passage doivent être dégagés de tout ce qui pourrait entraîner une chute.



### Les déplacements

**Si la personne malade utilise un déambulateur pour se déplacer**, assurez-vous que le passage est largement possible entre les meubles. Faire un demi-tour avec un déambulateur est particulièrement périlleux, il est préférable d'organiser un parcours circulaire pour qu'il ne soit pas nécessaire de faire demi-tour.

Toutefois, il n'est pas toujours possible de l'éviter dans les endroits stratégiques comme les couloirs, les toilettes ou la salle de bain. Soyez alors vigilant à ce que l'espace soit suffisant, en retirant éventuellement des meubles.

Certaines personnes ont besoin de beaucoup marcher. L'espace doit être suffisamment vaste pour qu'elles puissent faire un peu d'exercice. La personne malade pourra ainsi faire les cent pas, la marche aidant à diminuer les tensions et le sentiment d'anxiété.

**Dans le cas d'une maison à étage**, installez un lit ou un divan au rez-de-chaussée pour que la personne malade puisse se reposer sans avoir à monter l'escalier. Pour les comportements de déambulation, repérez comment s'organise pour le malade, la circulation spontanée dans la maison. Organisez l'espace pour que cela ne finisse pas devant la porte d'entrée, la personne risque alors de l'ouvrir et éventuellement de sortir et de se perdre. Les espaces de déambulation circulaires sont les plus satisfaisants, par exemple un passage large autour de la table, derrière le canapé et qui ramène ensuite au point de départ. Parfois, ce circuit de déambulation se fait sur plu-

sieurs pièces. Pour éviter une direction, mettez un pot de fleurs ou autre chose qui réduise visuellement le passage en largeur, la personne malade ira naturellement vers l'espace le plus large.

**Pensez à mettre des chaises** dans des lieux où la personne aurait envie de s'asseoir, là où il y a de la lumière, où il se passe quelque chose : près de la fenêtre, là où vous-même vous êtes occupé...

### Les risques d'errance

**L'errance est un comportement parfois présent** et la personne malade peut s'égarer. Des serrures peuvent éviter l'errance mais elles doivent être installées de manière à rendre difficiles les disparitions sans empêcher ou compliquer l'accès en cas d'urgence (un incendie par exemple).

**Lorsqu'il y a un risque d'errance toutes les portes seront munies d'un système de sécurité** tel que la personne malade ne puisse sortir sans être accompagnée. Les clés de la voiture doivent être placées dans un endroit hors d'atteinte. La maladie rendant difficile ou impossible l'acquisition de connaissances nouvelles, installer une serrure nouvelle ou placer la clé à un endroit différent de la porte peut être suffisant pour empêcher la personne malade de l'ouvrir.

Toutes les fenêtres fonctionnent-elles de telle manière que la personne malade ne puisse les ouvrir en grand sans aide ? **Il existe des systèmes à fixer entre la fenêtre et l'encadrement** pour en

diminuer l'ouverture. Ne pas dépasser une ouverture de 25 cm. Les radiateurs seront solidement fixés ou recouverts avec un cache-radiateur, les tuyaux d'eau chaude protégés. L'usage des

cigarettes et des allumettes est à surveiller soigneusement. Les cigarettes et les allumettes maniées par une personne ayant des troubles cognitifs constituent un risque majeur d'incendie.

### À LA CUISINE



### Les risques de brûlure

**La cuisinière, le poêle ou les réchauds** divers doivent pouvoir être facilement mis hors de service en l'absence de la personne qui les utilise habituellement.

**Les fours utilisés d'une manière impropre sont une des causes les plus importantes de brûlures et d'incendie.**

Pour rendre facilement le four inutilisable, consultez le vendeur, votre réparateur, la compagnie de gaz ou un électricien. Il est souvent préférable de remplacer la cuisinière au gaz par des plaques électriques.

**Les plaques à induction** ne chauffent que lorsqu'elles sont en contact avec une partie métallique. Plus sûres, elles



sont aussi plus onéreuses. Les appareils électriques peuvent être branchés sur une rallonge qui comporte un interrupteur et que l'on disposera hors du champ de vision du malade.

### Les risques de coupure

**Les appareils ménagers potentiellement dangereux doivent être retirés**, en particuliers ceux à lames.

Ne laissez pas les couteaux de cuisine pointus, évitez les lames trop tranchantes.

### Autres astuces

**Évitez la vaisselle avec des décorations.** La personne malade peut ne pas les reconnaître en tant que tel et s'évertuer à vouloir retirer ce qu'elle considère

comme une tache ou un aliment qu'elle n'arrive pas à attraper.

On préférera également les nappes et serviettes unies. Certains motifs de papiers peints, de rideaux..., peuvent aussi être perturbants pour certaines personnes qui souffrent d'une perte de la vision importante.

**Il est préférable de mettre les produits de nettoyage, les cires, les produits de blanchissage et les détergents sous clé.**

Vérifiez régulièrement les produits du réfrigérateur, l'intérieur des placards. Jetez les denrées périssables au fur et à mesure.

## ► DANS LA CHAMBRE DE LA PERSONNE MALADE

### La lumière

**Assurez-vous que la chambre soit suffisamment éclairée.** Installez une lampe solide et stable près du lit de la personne malade pour qu'elle puisse être utilisée facilement sans la renverser. Un interrupteur de commande à distance du type « presse-bouton » peut être très utile. Pour simplifier le système d'éclairage, vous pouvez changer l'interrupteur contre un plus gros avec une partie phosphorescente pour le localiser facilement la nuit.

**Beaucoup de personnes malades ont peur dans le noir**, il peut être judicieux d'installer une veilleuse. Attention, la lumière de nuit doit être très faible pour ne pas favoriser la désorientation avec l'inversion du jour et de la nuit. Pour

chaque personne il faut adapter l'intensité de la veilleuse et son emplacement. Pour certaines, au contraire, il sera nécessaire d'être dans une obscurité totale pour permettre l'endormissement.

### Le lit

**Retirez les descentes de lit :** danger de glissade, en particulier en se levant pendant la nuit ou lorsqu'on est pressé ! Un lit médicalisé, remboursé sur prescription médicale, permet d'apporter des soins dans des conditions de confort pour l'aidant et la personne malade.

**Pour les couples, il existe des lits doubles médicalisés.** La qualité du matelas est très importante en cas d'alitement prolongé. Les matelas à plots



permettent d'éviter le risque d'escarre pour une personne qui est levée seulement en journée. À chaque levée, il faut modifier la répartition des plots. Si l'alitement est complet, ou presque, il est préférable d'opter pour un matelas à air qui sera réellement plus efficace. Il est également remboursé. Ces matelas fonctionnent en répartissant les points d'appui. Surtout ne bordez pas les draps (du dessous et du dessus les couvertures) sinon le système est totalement inutile. Pour les mêmes raisons, ne mettez pas d'alèze sur ces matelas. Tout doit être mis en oeuvre pour éviter la constitution d'escarre car il est difficile ensuite de restaurer la peau.

**Si la personne se lève la nuit** et que vous craignez une chute il existe des lits appelés « lit Alzheimer » remboursés sur prescription médicale qui se baissent à 10 cm du sol lorsque la personne est couchée. Ils évitent le risque de blessures en cas de chute et restent dissuasifs pour se lever car il est difficile de se relever. Les deux barrières de chaque côté du lit sont très dangereuses sans surveillance active. La personne risque de les enjamber et de tomber d'encre plus haut. L'autre risque est de se coincer la tête, ce qui peut entraîner un étouffement ou de rester avec une jambe bloquée dans les barreaux d'où un risque de fracture.



### DANS LA SALLE DE BAIN



**Les portes d'intérieur doivent être aménagées** de telle sorte que la personne malade ne puisse pas s'enfermer accidentellement à l'intérieur d'une pièce. Ceci peut être réalisé en enlevant les clés ou avec des serrures spéciales. Les objets inutiles peuvent être enlevés de la salle de bain à l'exception de ceux qui sont essentiels : serviette, savon, brosse à dents, dentifrice. Il vaut mieux laisser la salle de bain aussi nue que possible et ne donner le shampoing, les serviettes supplémentaires, le nécessaire à prothèse dentaire, la crème à raser, la crème pour la peau..., seulement au moment où la personne en a besoin.

**Avec l'évolution de la maladie, même la serviette, le savon, la brosse à dents et le dentifrice pourront être utilisés de manière inadaptée s'ils sont laissés à la portée du malade.**

**Pour éviter les pertes d'équilibre**, disposez des autocollants anti-glissades ou un tapis antidérapant dans la baignoire ou la douche. Pour ne pas perturber la personne malade, il est préférable d'utiliser des tapis ou des autocollants dont la couleur se confond avec celle de la baignoire ou de la douche.

**Des poignées peuvent être placées** pour aider à accéder à la baignoire ou à la douche. Les tuyaux de douche sont de 1m50 au domicile, ce qui est insuffisant pour doucher une personne de manière confortable pour elle et l'aidant. Faites installer un tuyau plus long.

**Le pommeau de douche** doit diffuser un jet doux agréable. Des modèles sont plus ou moins adaptés, si nécessaire mettez la douchette dans un gant pour

atténuer le jet. Ne vous contentez pas de vérifier la rudesse du jet sur votre main, elle est beaucoup moins sensible que le corps. C'est la réaction de la personne qui nous indique si c'est agréable ou non.

Remplacez le pommeau de douche abîmé par le calcaire, car cela produit des petits jets en biais qui vont surprendre la personne.

**Certains systèmes de chauffe-eau permettent de bloquer la température** supérieure de l'eau. Limitez-la à une chaleur tolérable pour éviter les brûlures.

### LES TOILETTES

Nous retrouvons les mêmes conseils que dans la salle de bain.

S'y ajoute, lorsque les déplacements sont difficiles, **la nécessité de poser une ou deux barres d'appui près du siège**. Si on n'en met qu'une, elle sera à droite pour le droitier et inversement, ou du côté du bras le plus fort. S'il n'y a pas de mur sur le côté, il existe des modèles qui se posent sur le mur de derrière. Certains modèles sont repliables. Dans tous les cas, il est conseillé de le faire poser par un professionnel ou un bon bricoleur pour que cela soit réellement très stable.

**Pour les personnes à mobilité très réduite, les toilettes peuvent être installées sous forme de chaise percée** dans leur chambre. Une bonne hygiène domestique permettra de ne pas rendre cet aménagement dérangeant. Certaines personnes, du fait de leurs troubles de la mémoire, sont revenues

**Pour favoriser l'autonomie, les robinets doivent être faciles d'utilisation.** Si nécessaire, retirez les bouchons de baignoires ou de lavabos, placez-les hors de vue pour éviter les débordements.

**L'arrivée d'eau peut être coupée**, spécifiquement dans la salle de bain. Si ce n'est pas le cas, un robinet de sécurité peut être placé en amont, il ne sera ouvert qu'en présence d'un tiers.

à une réalité ancienne où elles n'avaient pas de toilettes dans leur maison. Elles vont donc plus facilement reconnaître un pot de chambre. La chaise percée est à tenter, mais elle peut ne pas être utilisée correctement. De manière exceptionnelle, un seau haut peut être mieux accepté. Essayez alors de le sécuriser en le plaçant près d'un mur avec une barre.

**Le dévidoir de papier** doit être pratique, préférez le feuille à feuille.

Ne laissez pas la brosse de nettoyage trop en évidence.

**Les produits spécifiques pour les WC sont hautement toxiques**, ne les laissez pas dans les toilettes ou alors sous clef.

**Si la personne malade ne sait plus où elle doit uriner**, retirez les tapis (le plus souvent, ce sont les hommes qui souffrent de ce genre de confusion).





### ► AUTRES PRÉCAUTIONS

La personne malade garde des automatismes, les anciennes occupations sont maintenues mais mal réalisées.

#### Les placards

**La personne malade peut ne plus ranger les objets à leur place.** Préservez les choses utiles pour vous dans un ou plusieurs endroits fermés. Faites attention toutefois à lui laisser l'accès au meuble qu'elle utilise le plus, avec quelques-uns des objets ou vêtements qui s'y trouvaient pour que la personne puisse continuer de s'occuper à les ranger, pendre, plier, etc.

**Si des denrées périssables sont stockées,** retirez-les au fur et à mesure tout en laissant toujours une petite réserve, plutôt que de tout enlever d'un seul coup.

#### Les repères

Si la personne malade habite en appartement, mettez une marque distinctive sur la porte du logement comme une photographie, une guirlande...

Faites-la participer au choix de l'objet, si elle n'en est plus capable, choisissez un objet qui a du sens pour elle, qu'elle reconnaît comme lui appartenant.

De même, placez sur la porte de la chambre de la personne malade une marque ou un symbole ayant une signification spéciale pour elle. Cela l'aidera à savoir où elle est.

#### Les armes à feu

Les armes à feu sont particulièrement dangereuses et ne doivent pas rester dans la maison, même cachées.

#### Le plan d'urgence

Il y a bon nombre de précautions supplémentaires qu'une famille devra prendre.

Par exemple, elle devrait mettre par écrit un « plan d'urgence » précisant ce qu'il faut faire dans l'éventualité d'une urgence médicale, d'un incendie ou de la disparition de la personne malade.

Le plan devrait être placé près du téléphone, à côté des numéros de la police et des pompiers, du Centre Antipoison local et de celui du médecin de famille.

Pensez à noter les informations pour une éventuelle personne qui ne connaîtrait pas bien l'adresse du domicile.

Dans la panique d'une urgence, elle peut ne plus être sûre de l'adresse exacte. Précisez les éléments qui permettent aux secours de trouver le domicile rapidement. C'est également utile pour la personne elle-même.

Si la personne malade s'est perdue dans les alentours, prévenez la police locale. Gardez sous la main une photographie récente de votre proche, ainsi que des photocopies de celle-ci, de façon à pouvoir rapidement les distribuer à la police et aux voisins en cas de besoin.

Faites faire un bracelet d'identité pour la personne malade ou marquez ses vêtements avec son nom et votre numéro de téléphone en indiquant qu'elle a des troubles de mémoire (il vaut mieux éviter de mettre votre adresse en raison des risques de vols ou d'abus que ce renseignement pourrait susciter).

Il est peut-être prudent d'informer les voisins, le pharmacien, le boulanger, que votre parent a une maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée, en particulier s'il a tendance à s'égarer. Renseignez-les sur la nature de la maladie, dites-leur ce qu'ils peuvent faire s'ils le voient seul

dehors : cela peut diminuer les risques d'errance au-delà du voisinage.

Il y a d'innombrables histoires de personnes désorientées ramenées à la maison par des voisins prévenants ou des commerçants locaux.

### ► QUESTIONS ESSENTIELLES



**Pouvez-vous ou non laisser votre parent seul à la maison ? Seule votre observation de son comportement peut vous permettre d'apprécier s'il est possible de le laisser seul, même un court moment.**

Une personne malade dont le comportement représente un danger potentiel pour lui-même ou pour les autres - ou qui ne sait plus se conduire de manière appropriée dans une situation d'urgence - ne devrait plus être laissée sans surveillance.

Faire face à une situation d'urgence implique que la personne soit capable d'appeler à l'aide. Une des raisons pour laquelle une personne atteinte d'une maladie Alzheimer ou d'une maladie apparentée a des difficultés à faire face à une situation d'urgence est qu'elle ne peut plus juger de sa gravité ni s'exprimer d'une manière claire. La compréhension et l'usage de la parole diminuent au fur et à mesure de l'évolution de la maladie.



## EXEMPLE DE FICHES D'URGENCE

### DÉTAILS PERSONNELS

Nom/Prénom .....

Date de naissance .....

Tél. ....

Personne(s) à prévenir .....

Tél. ....

### SERVICES D'URGENCE

- Police .....17
- Électricité  
Tél. ....
- Gaz  
Tél. ....
- Compagnie des eaux  
Tél. ....
- Boîte à fusibles (ex : placard entrée)  
.....
- Emplacement du robinet d'arrêt d'eau .....
- Emplacement du compteur à gaz  
.....
- Emplacement du compteur électrique .....
- Armoire à médicaments .....
- Autres renseignements.....

### SERVICES D'AIDE

- Service de soin  
Tél. ....
- Aide à domicile  
Tél. ....
- Infirmière  
Tél. ....
- Sécurité sociale  
Tél. ....
- Autres  
Tél. ....

### PERSONNES À CONTACTER EN URGENCE

- Docteur  
Nom. ....  
Tél. ....
- Dentiste  
Nom .....  
Tél. ....
- Pharmacien  
Nom .....  
Tél. ....
- SAMU ..... 15
- Pompiers ..... 18

## LE FINANCEMENT

### PRINCIPES GÉNÉRAUX

La prise en charge de la maladie d'Alzheimer d'une maladie apparentée nécessite souvent un aménagement du lieu de vie afin de favoriser l'autonomie de la personne malade et de prévenir les accidents.

Divers dispositifs d'aide peuvent être sollicités. Afin d'optimiser le plan de financement des travaux envisagés, l'intervention des professionnels travaillant dans le domaine de l'aide et de l'adaptation du logement aux personnes dépendantes est souhaitable (conseiller en économie sociale et familiale, assistant de service social, ergothérapeute, etc.).

Ces personnes peuvent apporter un conseil technique et aider à réunir les différents moyens financiers dont il est possible de bénéficier.

Les principaux organismes intervenant financièrement sont l'Agence nationale pour l'amélioration de l'habitat (ANAH) et les caisses de retraite, ainsi que le Conseil général par le biais de l'APA. Des dispositifs particuliers peuvent exister localement. La Maison départementale des personnes handicapées et la Direction départementale de l'équipement (DDE) centralisent ces informations.

### LES PRINCIPALES AIDES FINANCIÈRES INDIVIDUELLES

#### Agence nationale pour l'amélioration de l'habitat (ANAH)

Les aides de l'ANAH peuvent faire l'objet d'une subvention pour des travaux destinés à l'amélioration de l'habitat en matière de sécurité, de salubrité ou d'équipement, d'économie d'énergie, d'isolation acoustique ou d'accessibilité et d'adaptation aux personnes en situation de handicap.

#### Aide aux propriétaires du secteur privé

Les propriétaires bailleurs et les propriétaires occupants du secteur privé peuvent bénéficier d'une subvention de l'Agence nationale pour l'amélioration de l'habitat pour la réalisation de travaux d'accessibilité et d'adaptation des logements aux besoins des personnes handicapées, utilisés à titre de résidence principale.

#### Les bénéficiaires potentiels des subventions de l'ANAH

- Des propriétaires occupants qui envisagent de réaliser des travaux d'accessibilité ou d'adaptation de leur résidence principale.
- Des propriétaires bailleurs pour répondre aux besoins d'un locataire en place, handicapé ou âgé, ou pour les logements vacants dans le cadre d'une offre nouvelle adaptée.

#### Les travaux pris en compte

C'est la nature des travaux projetés qui fonde la recevabilité du dossier ANAH et non la qualité de « personne âgée » ou de « personne handicapée ». Les travaux concernés font l'objet d'une liste spécifique et limitative : amélioration



de l'habitat en matière de sécurité, de salubrité ou d'équipement, d'économie d'énergie, d'isolation acoustique ou d'accessibilité et d'adaptation aux personnes en situation de handicap.

Toutefois, la Commission d'amélioration de l'habitat (CAH) est habilitée à retenir au cas par cas des travaux qui ne figurent pas dans la liste et qui s'avèrent nécessaires pour répondre aux besoins d'une situation particulière.

Le plafond de ressources est fixé en fonction du nombre de personnes composant le ménage et du lieu d'habitation (Ile-de-France et Province).

### Aide aux locataires du secteur social

Une subvention est accordée pour entreprendre des travaux d'amélioration et d'accessibilité des logements locatifs sociaux. Il s'agit de la PALULOS (subvention à l'amélioration des logements locatifs sociaux).

Cette subvention est accordée aux bailleurs sociaux (HLM, SEM). La personne handicapée locataire doit donc s'adresser à son organisme bailleur qui fera les démarches pour l'obtention de l'aide.

### Aide aux salariés

Tout salarié d'une entreprise privée employant plus de 10 personnes, dès lors qu'une personne occupant le logement est handicapée (ascendants ou descendants), peut bénéficier du 1% employeur. L'aide est accordée, par l'intermédiaire d'un organisme collecteur, sous la forme de subvention ou de prêt.

Il n'existe aucune condition de date de construction du logement pour les personnes handicapées.

### Aide à l'amélioration de l'habitat des caisses de retraite

La CNAVTS, l'ARRCO et l'IRCANTEC, dans le cadre d'une procédure coordonnée, accordent des aides financières individuelles et facultatives destinées à l'amélioration de l'habitat, à leurs adhérents.

Les personnes au titre principal du régime général qui ont des ressources inférieures à un plafond peuvent bénéficier de cette aide.

### Les travaux susceptibles d'être financés sont :

- Tous travaux et équipements qui conditionnent le maintien à domicile dans les situations de handicap.
- La conservation du gros œuvre et la mise en conformité (couverture, maçonnerie, menuiserie, etc.).
- Les travaux d'entretien et de second œuvre (chauffage, plomberie, électricité).
- Les travaux portant sur l'amélioration du cadre de vie (isolations thermique ou phonique, revêtement de sols et de murs).

### IMPORTANT :

**Ne jamais démarrer les travaux avant de soumettre le dossier de demande de financement aux organismes (caisses, ANAH, etc.)**



Les aménagements du logement doivent faciliter et répondre aux besoins directement liés à l'activité quotidienne de la personne malade : se déplacer chez elle sans difficulté, utiliser les équipements de la vie courante en toute sécurité.

Généralement, ce sont les pièces ordinaires du logement qui sont réadaptées : la chambre, le séjour, la cuisine, les toilettes et la salle de bain. Toutefois, il est possible de réaménager une autre pièce destinée à l'exercice d'une activité professionnelle ou de loisir.



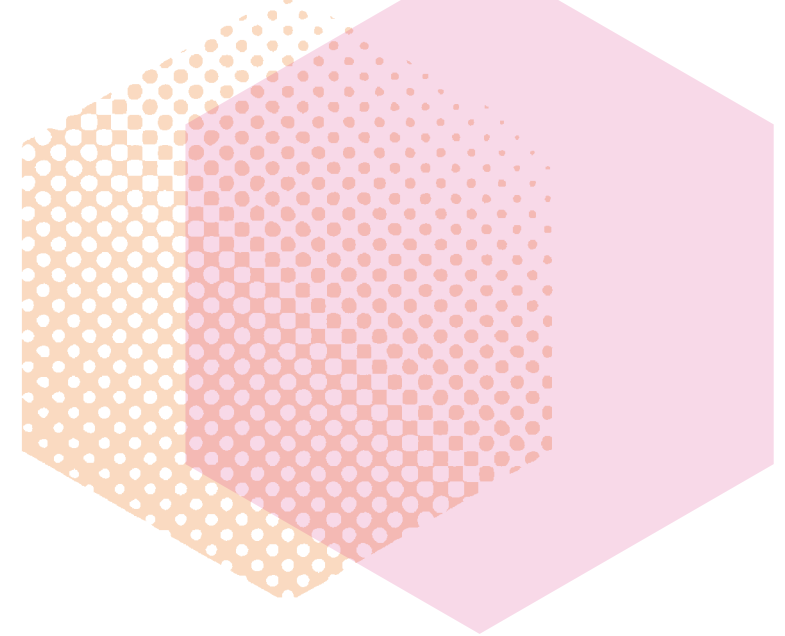
# CONCLUSION

### Les objectifs :

- Trouver les moyens de maintenir la personne malade le plus longtemps possible dans son cadre de vie habituel, avec son conjoint ou toute autre aide familiale, et ce, en toute sécurité. Les solutions imaginées sont simples, ingénieuses, efficaces, facilement adaptables à tous les logements.
- Créer un climat de bien-être pour la personne malade et sa famille, pallier les handicaps physiques, prévenir les accidents, libérer l'entourage d'une surveillance de tous les instants, favoriser les contacts avec l'extérieur.
- Rester dans les limites financières acceptables pour des personnes aux ressources souvent limitées. L'investissement nécessaire à ces aménagements est, avec les aides, à la portée de tous.
- Ce réaménagement du cadre de vie est bien entendu conçu pour la personne malade, mais son rôle est aussi d'aider, dans toute la mesure du possible, la famille à surmonter l'épreuve.

**“ L'accompagnement à domicile n'est possible à long terme que si les conditions restent humainement acceptables. ”**

- La recherche de solutions concrètes favorisant le maintien des personnes dans leur cadre de vie, en toute sécurité, n'est pas seulement une exigence humaine, c'est aussi une nécessité socio-économique.



**Brochure éditée par :** Association France Alzheimer et maladies apparentées  
21, boulevard Montmartre 75002 Paris, décembre 2014

**Rédaction :** France Alzheimer et maladies apparentées

**Conception graphique :** Aurore Voet

**Crédits photos :** Cyril Badet, Jean-Louis Courtinat, Catherine Thorel

[www.francealzheimer.org](http://www.francealzheimer.org)

Imprimé avec le soutien de :



France Alzheimer et maladies apparentées, un réseau d'associations présent partout en France au service des personnes malades et de leur famille.

Pour nous soutenir ou contacter l'association la plus proche de chez vous :  
[www.francealzheimer.org](http://www.francealzheimer.org)

**0 811 112 112**

(coût d'un appel local)

SOUTIEN.INFOS.CONSEIL.ÉCOUTE



**FRANCE  
ALZHEIMER**  
& MALADIES APPARENTÉES

UN MALADE, C'EST TOUTE UNE FAMILLE QUI A BESOIN D'AIDE